USERS Life

CURSO VISUAL Y PRÁCTICO

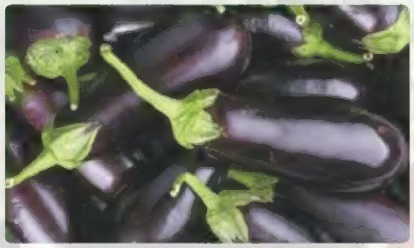
12

Huerta Fácil en casa

Desde pequeños a grandes espacios

HORTALIZAS DE FRUTO
Llenando de colores nuestra huerta

BERENJENA
MELÓN / SANDÍA
GOMBO O QUIMBOMBÓ



Precio en Argentina $49,90

¡La variedad que elijas!

Pimiento o chile

Cómo cultivamos, cuidamos y cosechamos los frutos más sabrosos y fuertes

¡DISFRUTA DE LA NATURALEZA Y MEJORA TU ALIMENTACIÓN!

USERS Life

CURSO VISUAL Y PRÁCTICO

Huerta Fácil en casa

Desde pequeños a grandes espacios

Dirección editorial
Miguel Lederkremer

Edición
Fernando Ojam

Autores
Darío Javier Schiavinato
Marcela Harris

Diseño y maquetado
Marina Mozzetti

Fotografía
Milena Iglesias

Producción
Gustavo De Matteo

Atención al lector, suscripciones y ventas
usershop@redusers.com

Publicidad
publicidad@redusers.com
+54(011)4110 8710

CON TÉCNICAS SIMPLES QUE DAN RESULTADO

LA SUSCRIPCIÓN INCLUYE

576 PÁG. EN 24 FASCÍCULOS
VERSIONES IMPRESA Y DIGITAL
DIPLOMA DE FINALIZACIÓN DE CURSO
ORDEN DE COMPRA POR $250
ENVÍO SIN CARGO

+54 (011) 4110-8700 | USERSHOP.REDUSERS.COM

SÓLO VÁLIDO PARA ARGENTINA Y HASTA AGOTAR STOCK DE 100 UNIDADES.

SUMARIO 12

1 / Hortalizas de fruto

Guía de Cultivos

5 / Cultivo de tapa: Pimiento o chile

11 / Berenjenas

15 / Melón

19 / Sandía

23 / Gombo o quimbombó

Darío Javier Schiavinato. Ingeniero Agrónomo de la Universidad de Buenos Aires. Docente de la Cátedra de Botánica Sistemática de la Facultad de Agronomía de la Universidad de Buenos Aires. Participa en varios proyectos de Investigación y Extensión relacionados con la flora argentina.
Marcela Harris. Ingeniera Agrónoma de la Universidad de Buenos Aires. Actualmente trabaja en la Cátedra de Horticultura de la Facultad de Agronomía de la UBA. Participa del programa PEUHEC (Programa de Extensión Universitaria en Huertas Escolares y Comunitarias) de la misma institución.

Hortalizas de fruto

Tomate, berenjena, zapallo, sandía, melón... son las plantas que sobresalen en nuestra huerta. Frondosas, llamativas, robustas, copan nuestra huerta y nuestra atención. ¿Cuáles son los cuidados que debemos tener para saborear ricos frutos?

Recordando un poco

En la **Clase 05** vimos que las plantas tienen diversos órganos y que podemos consumir muchos de ellos. Así, de la lechuga consumimos las hojas, de la zanahoria la raíz, del brócoli, coliflor y alcaucil las flores. ¿De qué plantas consumimos los frutos? Del tomate, berenjena, pimiento, sandía, melón, zapallo ¡y muchas más!

Si bien debemos ser muy cuidadosos con todas las plantas que están en nuestra huerta, la mayoría de las que dan fruto requieren especial cuidado ya que, para obtenerlos, se necesita que crezca una gran cantidad de hojas y que se desarrollen las flores, para que luego aparezcan los frutos.

Muchas veces vemos que, en los viveros, hay plantas de tomate o de pimiento en macetas pequeñas y con frutos ya desarrollados. Si bien nos resultan muy atractivas, debemos saber que, si la planta tiene poca cantidad de hojas, seguramente esos frutos no lograrán crecer hasta ser del tamaño que esperamos y que tampoco se desarrollarán más flores ni frutos.

¿Por qué sucede esto? Porque **las hojas son las que alimentan a los frutos**. Las hojas son llamadas *fuente*, y los frutos, *destino*, por lo que nuestras plantas deberán tener una buena relación "fuente-destino". En la **Clase 04**, vimos de qué se trata la **fotosíntesis**, proceso a través del cual las plantas generan su propio alimento a partir de la energía del sol. Los frutos no poseen la capacidad de realizar fotosíntesis, dado que no cuentan con las estructuras necesarias para llevar adelante el proceso. Por eso requieren alimentarse de las hojas, que realizan la fotosíntesis y transportan hacia los frutos los nutrientes necesarios para que crezcan, denominados **fotoasimilados**. En la planta de tomate, por ejemplo, la hoja que esta inmediatamente debajo de los frutos es la que provee la mayor cantidad de fotoasimilados, por lo que deberemos tener especial cuidado en no eliminarla.

Para que nuestros frutos puedan formarse y comenzar a crecer, primero deberán desarrollarse las flores. En la **Clase 05**, vimos que existen flores masculinas y femeninas, y hay algunas flores que poseen ambos sexos en la misma estructura. A esas, las llamamos *hermafroditas*.

Para obtener buenos frutos, deben crecer una gran cantidad de hojas.

Para que se forme un fruto, el polen que generan las flores masculinas debe transportarse hasta las flores femeninas. Al apoyarse el polen sobre el estigma de la flor femenina, se transporta hasta el ovario donde se encuentran los óvulos. Si los óvulos son fecundados, comenzará a formarse el fruto. Si empezamos a mirar con más detenimiento los frutos que consumimos a diario, veremos que, en varios, hay partes de flores. Por ejemplo, el "cabito" del tomate son los sépalos de la flor; lo mismo sucede en el "cabito" que eliminamos de las frutillas cuando las consumimos.

A Planta de sandía. B Cultivo de fresa/frutilla.

En las hermafroditas, este proceso se realiza dentro de la misma flor, por lo que se denomina *autofecundación*. Las plantas que poseen flores masculinas y femeninas en estructuras separadas, requieren de algún medio para que el polen se transporte. En muchos casos, el polen se transporta a través del **viento**. En otros muchos casos, el polen se transporta a través de **insectos**, como las abejas, que al buscar el néctar de las flores, se apoyan sobre el polen y lo transportan hasta las flores femeninas. Por eso es muy importante que tengamos una gran diversidad de insectos en nuestra huerta; ese tema lo veremos en detalle en las próximas clases.

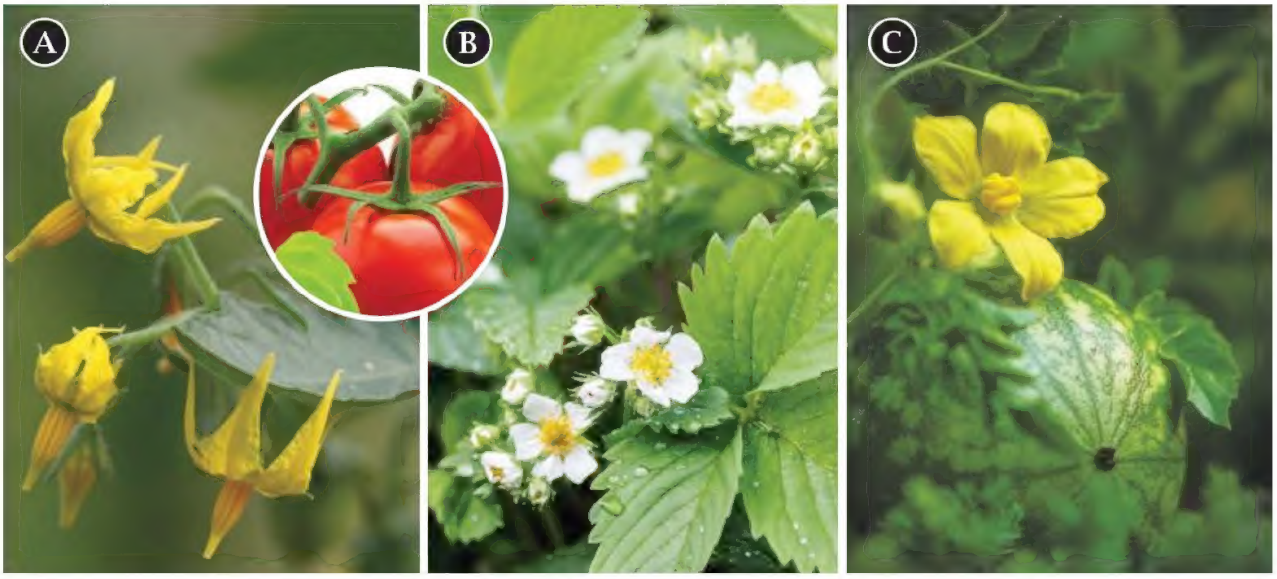
Es muy importante saber si las plantas que tenemos en nuestra huerta poseen flores hermafroditas o con los sexos en diferentes plantas. Algunas especies tienen solo flores masculinas, y otras, flores femeninas, mientras que ciertas variedades cuentan con flores femeninas y masculinas en la misma planta. Esto lo veremos en detalle en las fichas de los cultivos.

Durante el desarrollo del fruto, que puede llevar varios días o meses, se producen muchos procesos que hacen que se genere el sabor, el olor y la jugosidad característicos de cada uno. Muchos frutos deben llevar adelante este proceso obligatoriamente en la planta,

cuidemos las hojas

En la planta de tomate, por ejemplo, la hoja que esta inmediatamente por debajo de los frutos es la que provee la mayor cantidad de fotoasimilados, por lo que deberemos tener especial cuidado en no eliminarla.

C *Pepino.* **D** *Berenjena.*



***A** Las flores de tomate son hermafroditas y de color amarillo. En el fruto formado, se puede observar el "cabito" o sépalos de la flor. **B** La flor de fresa/frutilla es de color blanco. Es hermafrodita. **C** Flor de sandía.*

pero hay otros que pueden hacerlo fuera de ella, lo que nos permite cosecharlos antes y que maduren separados de la planta si no queremos consumirlos inmediatamente. A estos frutos se los denomina *climatéricos* y, dentro de las hortalizas, el tomate es uno de ellos (este tema lo vimos con más detalle en la primera clase). Otras frutas que son climatéricas (y por ende pueden continuar con su maduración fuera de la planta) son la manzana, la banana, algunos melones.

Algunos frutos siguen madurando fuera de la planta.

¿Cómo conservar las frutas y hortalizas?

Es cierto: conocer la temperatura y humedad óptimas para conservar frutas y hortalizas nos permitirá mantenerlas durante más tiempo en nuestros hogares. Pero hay un dato más que nos será de suma utilidad. Los frutos que son **climatéricos** (es decir, aquellos que pueden continuar con su maduración por fuera de la planta como tomate, manzana, banana) producen una hormona llamada **etileno** (que es la hormona encargada de la maduración de los frutos).

Si almacenamos frutos que producen esta hormona con otros productos como frutillas o lechuga, la maduración de estos será más acelerada, por lo que corremos el riesgo de que las frutas y hortalizas duren menos tiempo en nuestros hogares.
¡Hagamos la prueba! Si colocamos en una bolsa una banana con una lechuga y en otra, una lechuga sola, veremos que la lechuga que esta junto a la banana se pudrirá más rápido.

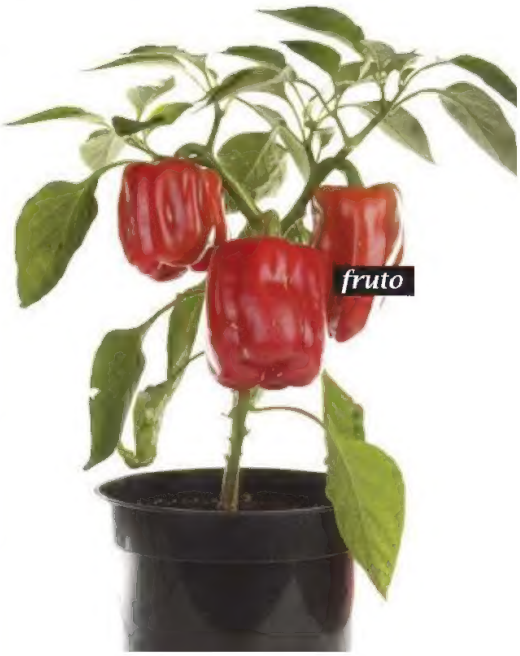
PIMIENTO o CHILE

Capsicum annuum L.

El pimiento es otro representante americano dentro de las frutas y hortalizas que consumimos. Verdes, rojos, amarillos se pueden consumir frescos (dulces y picantes), secos

Familia	Solanáceas
Siembra	Principios de primavera a mediados de verano. Es muy exigente con las temperaturas diurnas (20-25 ºC) y nocturnas (16-18 ºC)
Tiempo de germinación	2 semanas
Duración del cultivo	5-6 meses
Suelo	Fértil, suelto y profundo
Separación entre plantas	50 cm
Riego	Si es para consumo fresco, los requerimientos son altos. Si es para pimentón, son menores.
Luz	Pleno sol
Rotaciones	Evitar plantas de la misma familia (tomate, berenjena). Podemos rotar con cultivos que exploran el suelo de manera diferente (hortalizas de hoja, de raíz).
Asociaciones	Con hortalizas que no requieren tanta luz

Se consume el fruto verde o maduro.



Nivel de dificultad del cultivo

	Invierno			Primavera			Verano			Otoño		
Siembra					●	●	●	●				
Cosecha						●	●	●	●	●	●	●

como condimento (pimienta de Cayena, Páprika), se pueden utilizar para colorear carnes y hasta tienen uso ornamental. El pimiento es una especie de origen americano, más concretamente de la zona de Perú – Bolivia. Es un cultivo que requiere temperaturas altas, por lo que lo tendremos en nuestras huertas en primavera – verano. Es un fruto muy rico en vitamina C, sobre todo si lo consumimos rojos (los pimientos picantes tienen aún más contenido de vitamina C).

¿Cómo es la planta?

El pimiento es una planta anual, es decir, tendrá un solo ciclo desde que sembramos la semilla hasta que obtenemos frutos. El sistema radical es muy profundo, lo que nos da la pauta de que deberemos contar con suficiente espacio para cultivarlo. La planta es erecta, pero en general se tutora (ver "Tareas"). Las hojas son de forma ovalada, y las flores, de color blanco. Los frutos (pimientos) son siempre verdes al comienzo del crecimiento y, cuando maduran, pueden virar a rojo, amarillo y otros colores.

Requerimientos

El pimiento o chile es un cultivo de **muy altos requerimientos de temperatura**, sobre todo los dulces. Las temperaturas diarias deberán ser de entre 20 y 25 ºC y las nocturnas entre 16 y 18 ºC. Es por ello que deberemos asegurarnos de que las temperaturas de nuestra zona sean las adecuadas, y en caso de que sean menores, podremos realizar algún tipo de estructura plástica, sobre todo para mantener la temperatura por las noches durante las primeras fases de cultivo. Durante el día debemos abrir el túnel (durante las horas de mayor temperatura) para airear y recomponer la atmósfera que está por debajo del túnel. Requiere suelos sueltos profundos con alto contenido de materia orgánica.

Iniciación del cultivo

El órgano de iniciación es la semilla. Las formas de iniciarlo pueden ser por **siembra directa** o **almácigo** y **transplante**. Esta última opción es la más conveniente porque nos permite tener un cuidado más minucioso de las primeras etapas de la planta, que son muy importantes para luego tener muchos pimientos y de buena calidad.

Para iniciar el cultivo por almácigo y transplante podemos usar bandejas multicelda. En caso de que no tengamos ese tipo de bandeja, ¡no hay problema! Podemos usar cualquier recipiente plástico o de telgopor (recordemos hacerle agujeritos debajo para que drene el agua).

Ⓐ Planta de pimiento picante. Ⓑ Hojas de planta de pimiento dulce.

TAREAS

El pimiento/chile tiene algunas tareas de poca dificultad que debemos realizar a lo largo del cultivo. Recordemos que, como en todas las hortalizas de nuestra huerta, deberemos prestar especial atención en las primeras fases, esto es, desde que sembramos hasta que transplantamos el plantín. Si esta etapa es exitosa, lo más probable es que el resto del cultivo lo sea.

CONDUCCIÓN O TUTORADO

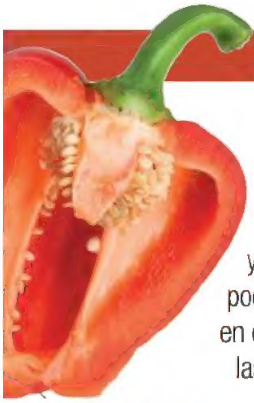
Si bien el pimiento es una planta que puede sostenerse bastante por sí sola, muchas veces se ramifica o los frutos hacen que la planta caiga, por lo que es recomendable tutorarla.
Por lo general, se hace un tutorado tipo espaldera (este tipo de tutorado lo vimos en la primera clase, en la ficha del tomate), pero de doble fila de hilos, dejando la planta en el medio para que se sostenga entre los hilos y así no caiga. Para tutorar la planta, pueden utilizarse también cañas, pero si ramifica mucho, será muy difícil que podamos mantenerla erguida, y las ramas tenderán a caer.

RALEO DE HOJAS

Otra tarea que se puede realizar es el raleo de hojas, es decir, quitar hojas en caso de que haya un excesivo crecimiento. Las primeras hojas que debemos eliminar son las que están en la parte inferior de la planta. Esto se realiza para mejorar la aireación y para eliminar las hojas viejas. Debemos tener especial cuidado de no sacar las hojas que se encuentran inmediatamente por debajo del fruto, dado que son las que lo proveen de nutrientes durante su crecimiento.

RIEGO

Para el pimiento dulce, el riego debe ser abundante, ya que es una planta de gran porte y con un muy algo requerimiento de agua. Para el pimiento picante y para el que se usará para obtener pimentón, la demanda hídrica es menor, sobre todo en el segundo, dado que luego deberemos secarlo y la cantidad de condimento que obtengamos será a partir del material seco del fruto.



semillas de ají

De la mayoría de los pimientos/chiles maduros que consumimos de verdulería o crecen en la huerta podemos sacar las semillas y guardarlas. Decimos **maduros** porque podemos consumir pimientos verdes, pero en este caso no podemos asegurarnos que las semillas estén del todo formadas para sembrarlas en nuestra huerta.

Basta sólo con separar las semillas del pimiento/chile fresco y colocarlas sobre un papel absorbente al abrigo de la luz directa. Cuando estén secas, podremos guardarlas en un lugar definitivo, como una bolsa de papel madera. ¡Recordemos anotar de qué es la semilla, el año en que la guardamos y alguna característica en particular que nos interese! (como por ejemplo: "Esta creció bien al costado del cerco" o "Los chiles fueron muy picantes")

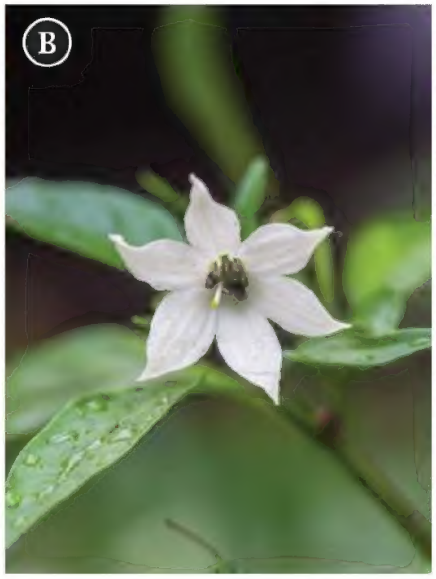
En estos contenedores deberemos agregar un **sustrato** que asegure aireación y nutrientes a nuestra planta. Una mezcla puede ser 40% turba, 30% compost y 30% perlita o vermiculita, pero podemos ir probando qué mezcla es la mejor para nosotros (este tema lo desarrollamos con detalle en la **Clase 02**).

Durante el crecimiento de los plantines, debemos asegurarnos que estén constantemente **bien regados** y reciban **luz moderada** (la luz directa los puede quemar). Si las temperaturas no son altas, podemos construir una pequeña estructura con plástico transparente como la que mostramos en el apartado anterior, de manera que las temperaturas sean más altas. Cuando el plantín desarrolla de 3 a 4 hojas estará listo para ser trasplantado a su lugar definitivo. Recordemos que la planta de tomate no tolera bajas temperaturas, por lo que deberemos asegurarnos de que esa época haya pasado. Además, debemos procurar un lugar donde la radiación incida durante todo el día.

Para transplantar un plantín, simplemente debemos sacarlo de su contenedor con el pan de sustrato (sin romperlo). Mantener el sustrato es muy importante porque será el ambiente que explorarán las raíces hasta generar nuevas raíces que comiencen a explorar su nuevo hábitat. Luego, debemos hacer un hueco del mismo tamaño en el suelo y colocar el plantín con el sustrato. Luego de colocar el pan, podemos presionar levemente con los dedos el sustrato para que haya contacto con el suelo.

¿Cuándo podemos cosechar?

Todos los pimientos/chiles son verdes en un comienzo, y los podremos cosechar en ese estado. Si dejamos continuar la maduración, que



Ⓐ Túnel bajo para mantener la temperatura nocturna. Ⓑ Flor de pimiento. Ⓒ Pimiento amarillo.

PIMIENTOS QUE PODEMOS CULTIVAR

Dulces, picantes, rojos, amarillos verdes, redondos, alargados, existe gran variedad de pimientos que podemos cultivar y consumir. Se pueden dividir en tres grandes grupos:

Pimientos o chiles dulces, con frutos de tamaño grande, pueden ser verdes, amarillos o rojos.

Pimientos para la obtención de pimentón, que son también dulces. Hay dos tipos, pimentón húngaro (conocido como *páprika*) y pimentón español.

Pimientos o chiles de sabor picante: el fruto suele ser largo y delgado. Entre ellos encontramos el jalapeño, el chili, la pimienta de Cayena y el chile piquín.

¿A qué temperatura almaceno las hortalizas?

Cosechamos y queremos conservar pero no sabemos a qué temperatura… Algo que podemos pensar es que la temperatura óptima de almacenamiento de nuestras hortalizas está muy íntimamente ligada a las temperaturas óptimas que requieren a lo largo del ciclo de cultivo. Por ello, cultivos que son de climas templados, como todas las hortalizas de hoja (lechuga, espinaca, acelga, etc.) se almacenan de manera óptima a menores temperaturas (en general 1 °C).

En cuanto a las hortalizas de mayores requerimientos de temperatura (tomate, pimiento, berenjena, melón, entre otros) deben ser almacenadas a mayores temperaturas (10 °C aproximadamente).

obligatoriamente debe ser en la planta, los frutos virarán a diferentes colores según la variedad que estemos cultivando. Es importante saber que las características nutricionales cambian entre pimientos verdes y maduros, siendo estos últimos los que tienen más acentuados los contenidos de vitaminas y de minerales.

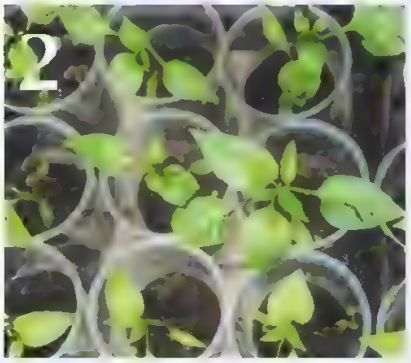
¿Cómo debemos almacenar el pimiento/chile?

Para tener durante mucho tiempo pimiento en nuestros hogares, la temperatura óptima de almacenamiento es 7-8 ºC. Si los almacenamos a menor temperatura observaremos "daños por frío", que se manifestarán como un ablandamiento o cambio en la coloración. A mayores temperaturas, nuestros pimientos se pudrirán más rápido.

Paso a paso

Cómo obtenemos pimiento fácilmente

Se trata de un cultivo desafiante, pero una vez que dominemos los pasos para obtenerlo, nuestra huerta se llenará año a año de chiles de diferentes tamaños y colores.



1 Elegimos semillas de la variedad que queremos. Tengamos en cuenta que podemos obtenerlas de los pimientos o chiles que consumamos.

2 Sembramos las semillas en bandejas plásticas. En caso de no tener, usamos recipientes o macetas. Debemos recordar hacerles un agujero debajo para que drene el agua.

3 Cuando el plantín tiene 3 o 4 hojas, lo trasplantamos al lugar definitivo, a pleno sol y dejando una distancia entre plantas de, al menos, 50 centímetros.

4 Previo a la floración, debemos tener un buen follaje que será fuente de nutrientes para el crecimiento de flores y frutos.

5 A partir de las flores obtendremos los frutos, que en una primera época serán verdes y, luego, virarán a diferentes colores. Para cosechar, se puede cortar con un implemento bien afilado y preferentemente que no tenga serrucho (tijera de podar), o bien quitar el fruto de la planta con la mano.

6 Almacenamos los pimientos o chiles aproximadamente a 7 u 8 ºC.

7 Recordemos dejar madurar algunos frutos para obtener semillas para nuestro próximo cultivo.

BERENJENA

Solanum melongena L.

La berenjena es una planta originaria de la India. Fue llevada a España por los árabes en la Edad Media y luego se extendió hacia otros países europeos y el resto del mundo. De la misma familia que el tomate y el pimiento/chile, la podemos disfrutar frita

Familia	Solanáceas
Siembra	Principios de primavera a mediados de verano
Tiempo de germinación	Entre 1 y 2 semanas
Duración del cultivo	5-6 meses
Suelo	Fértil, suelto y profundo, sin problemas de encharcamiento
Separación entre plantas	50 cm
Riego	Alto
Luz	Pleno sol
Rotaciones	Evitar plantas de la misma familia (pimiento, tomate). Podemos rotar con cultivos que exploran el suelo de manera diferente (hortalizas de hoja, de raíz)
Asociaciones	Con hortalizas que no requieren tanta luz (por ejemplo, albahaca)

Se consume el fruto inmaduro (de color negro, sin semillas visibles).

Nivel de dificultad del cultivo

	Invierno			Primavera			Verano			Otoño		
Siembra					●	●	●	●				
Cosecha							●	●	●	●	●	●

o asada en nuestros platos. Como dijimos, es de la misma familia que el tomate y el pimiento, pero tiene mucho mayores requerimientos de temperaturas, por lo que, si estamos en climas templados, será nuestra aliada en pleno verano.

¿Cómo es la planta de berenjena?

La planta de berenjena es de gran porte y puede cultivarse como anual, pero si las temperaturas lo permiten, puede ser *perenne* (es decir, cultivable durante más de un año). Tiene raíces muy profundas que pueden llegar hasta 1 metro y medio de profundidad. El tallo es rígido, y las hojas, grandes con los márgenes lobulados (como muestran las fotos). Las flores son más grandes que las del tomate, generalmente de color violáceo. Son hermafroditas. El fruto puede ser de varios colores y formas (negras, blancas, alargadas, globosas, etcétera).

Requerimientos

La berenjena es muy sensible a las bajas temperaturas, y el crecimiento cesa entre 10 y 13 grados. Durante el período vegetativo, es decir, mientras crecen las hojas, la temperatura diurna debe estar entre 20 y 30 °C y la nocturna entre 15 y 20 °C. Tolera altas temperaturas, de hasta 40 °C. Los suelos deben ser profundos, con buen contenido de materia orgánica. Es preciso mantener un riego abundante, pero con cuidado de no encharcar el suelo.

Iniciación del cultivo

La iniciación del cultivo es muy semejante a la del pimiento y del tomate. En el caso de la berenjena, es preferible realizar plantines y luego trasplantarlos a su lugar definitivo.

Tareas

La poda de la planta de berenjena tiene la misma finalidad que la poda en el pimiento y el tomate. Se eliminan las dos primeras ramas en estado juvenil (es decir, cuando la planta solamente tiene hojas) y, luego, pueden quitarse las hojas que están por debajo de la primera bifurcación del tallo.

Si bien no es estrictamente necesario tutorar la planta de berenjena, la conducción puede realizarse como se explicó para el pimiento: una espaldera conformada por dos hileras de hilos, entremedio de los que se colocan las plantas para que se sostengan.

Diferentes tipos de berenjena.

Berenjena de buena calidad.

inventario

Recordemos dejar berenjenas en la planta sin cosechar para obtener semillas para el siguiente cultivo. Podemos seleccionar las plantas que mejor se adaptaron a nuestro espacio, o las que dieron frutos que más nos satisficieron e ir poco a poco eligiendo lo que sembramos en nuestras huertas.

Variedades

Hay berenjenas de frutos alargados, medio largos y cortos. Dentro de cada uno podemos encontrar coloraciones negras (son las más consumidas), blancas y jaspeadas.

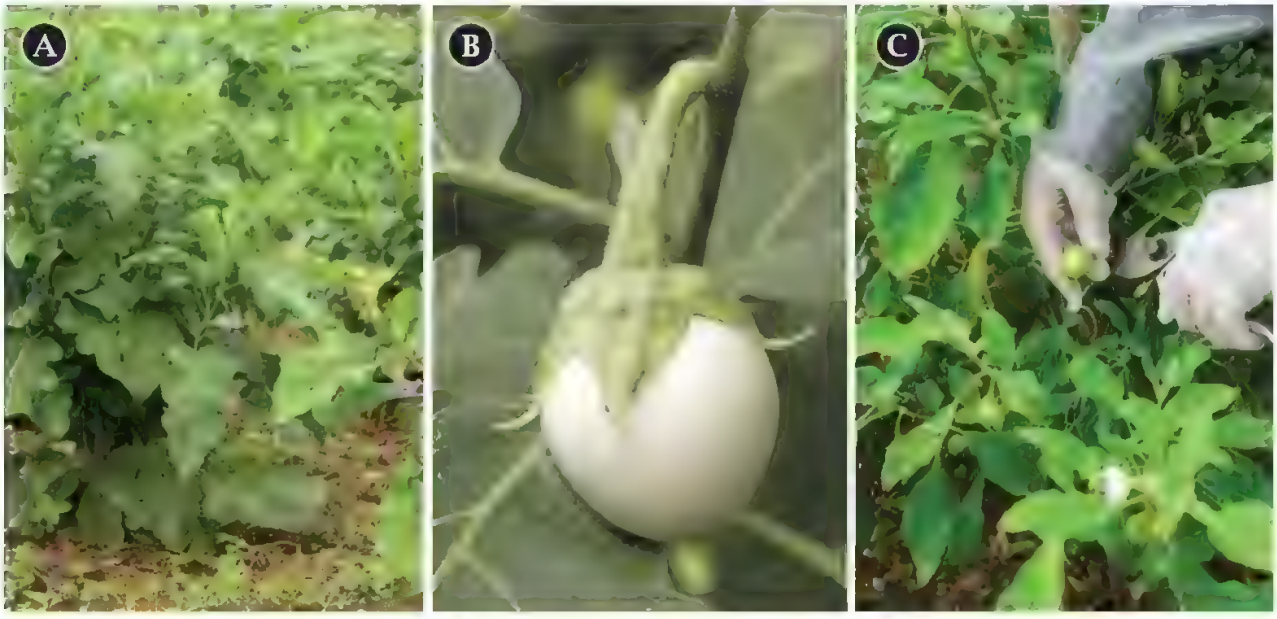
¿Cuándo podemos cosechar?

Consumimos berenjenas inmaduras, por lo que deberemos estar atentos al momento óptimo de la cosecha. Algunos atributos que observaremos para saber si estamos cosechando en el momento adecuado son los siguientes:

- En su parte externa, el fruto debe mostrar un color uniforme brillante, y un aspecto terso en la superficie.
- Los sépalos (el "cabito" verde por encima del fruto) deben tener un color verde brillante.
- En el interior, las semillas no deben estar formadas (o completamente formadas), y la pulpa presentará un color blanco uniforme.

¿Cómo debemos almacenar la berenjena?

Como vimos en la sección "Requerimientos", la berenjena es un fruto de muy altas necesidades térmicas, por lo que es sensible al frío tanto a lo largo del cultivo como también en almacenamiento. La temperatura óptima de almacenamiento es de 10 a 13 °C. Si la temperatura es menor, podrá sufrir daños por enfriamiento con congelamiento.



Ⓐ Planta de berenjena con flores de color violáceo. Ⓑ Fruto joven de berenjena. Ⓒ Poda de la planta de berenjena.

Paso a paso

Berenjena en pocos pasos

A las pocas semanas del inicio de la primavera, cuando los días se vuelven más largos y las noches más cortas y menos frías, podemos atrevernos a cultivar berenjenas brillantes y fuertes.

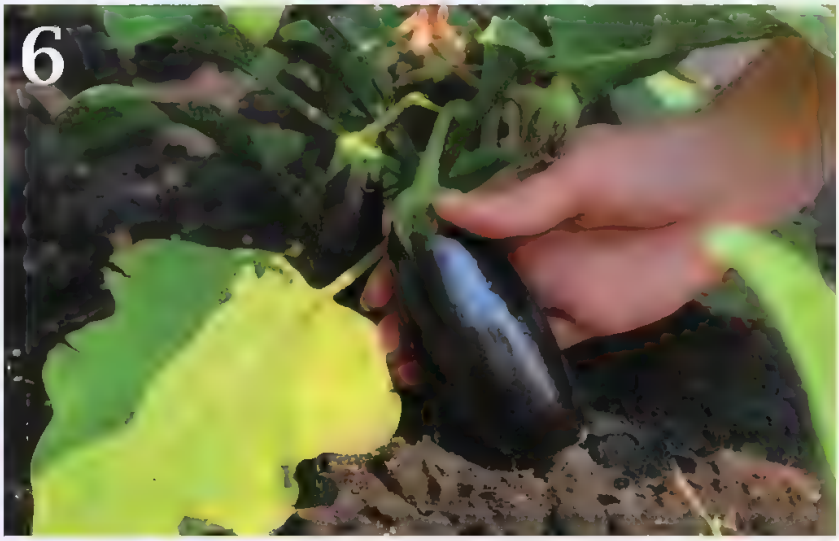
1 Elegimos semillas de la variedad que queramos. Recordemos que podemos obtenerlas de nuestro cultivo anterior.

2 Sembramos las semillas en bandejas plásticas. En caso de no tener, usaremos recipientes o macetas. Debemos recordar hacerles un agujero debajo para que drene el agua.

3 Cuando el plantín tiene de 3 a 4 hojas, lo trasplantamos al lugar definitivo, a pleno sol y dejando una distancia entre plantas de al menos 50 centímetros.

4 Previo a la floración, debemos tener un buen follaje, que será fuente de nutrientes para el crecimiento de las flores y los frutos.

5 A partir de las flores, obtendremos los frutos. Para cosechar, se puede cortar con un implemento bien afilado y preferentemente que no tenga serrucho (tijera de podar) o bien quitar de la planta el fruto con la mano.



6 Almacenar a temperatura de entre 10 y 13 ºC.

MELÓN

Cucumis melo L.

La opción superdulce dentro de las hortalizas de fruto. Siempre disfrutaremos de un delicioso melón en el postre y hasta inclusive en nuestros platos y bebidas o licuados. Enumeraremos los pasos y cuidados para obtenerlo en nuestras huertas.

Se consume el fruto maduro.

Familia	Cucurbitáceas
Siembra	De principios de primavera a mediados de verano
Tiempo de germinación	Entre 1 y 2 semanas
Duración del cultivo	De 5-6 meses
Suelo	Fértil, suelto y profundo, sin problemas de encharcamiento.
Separación entre plantas	1 m
Riego	Alto
Luz	Pleno sol
Rotaciones	Es recomendable evitar cultivos de la misma familia (sandía, pepino, zapallo)
Asociaciones	Si la cultivamos como rastrera, podemos asociarla con cultivos como maíz

fruto

Nivel de dificultad del cultivo

	Invierno			Primavera			Verano			Otoño		
Siembra					●	●	●	●				
Cosecha							●	●	●	●		

Variedades

Existen muchos tipos de melones que podemos cultivar. El **rocío de miel** (o *honey dew*) es un fruto de forma casi esférica con piel amarilla lisa y firme, pulpa verde clara, dulce y jugosa. El **melón reticulado** tiene forma redondeada, con piel lisa con un reticulado corchoso que cubre todo el fruto. La pulpa es anaranjada. El **melón amarillo** tiene corteza brillante con un arrugado de forma longitudinal. La pulpa es blanca y, donde se encuentran las semillas, tiene una coloración anaranjada. El **melón Galia** posee frutos esféricos con cáscara amarilla o anaranjada algo reticulada. La pulpa es de color blanco verdoso, muy dulce y con mucho aroma.

¿Cómo es la planta de melón?

La planta de melón es de gran porte; si no la conducimos o tutoramos, crecerá de forma rastrera en nuestra huerta. Posee un sistema radical muy extenso, que puede llegar a más de un metro de profundidad (aunque la mayor parte de las raíces se encuentra en los primeros 30 o 40 cm de suelo). Los tallos y las hojas están recubiertos por pelos, y las hojas son ásperas, con forma aovada y los bordes dentados (es decir, como un serrucho). Las flores son amarillas y pueden ser masculinas, femeninas o hermafroditas. La polinización la realizan principalmente las abejas, por lo que es muy importante contar con una gran diversidad en nuestra huerta. El fruto (melón) es de gran porte, carnoso y puede ser de diversos colores (tanto la piel como la pulpa). Las semillas se encuentran en el centro del fruto.

Requerimientos

La planta de melón es una planta de muy **altos requerimientos de temperatura.** Para la germinación, necesita entre 22 y 28 ºC; para el crecimiento vegetativo, la floración y el crecimiento del fruto, entre 25 y 30 ºC. Requiere suelos profundos, bien drenados y resiste moderadamente los suelos salinos.

Respecto a los requerimientos de agua, debemos regar con 3 a 6 litros de agua por metro cuadrado por día, y estos requerimientos se ven acrecentados durante la fase de formación de las flores y los frutos.

Iniciación del cultivo

A diferencia de los cultivos que vimos en las fichas anteriores, al melón podemos **iniciarlo por siembra directa**, es decir, sembrar la semilla en el lugar definitivo donde luego crecerá hasta que obtengamos los frutos. Si no la conducimos, la planta de melón es rastrera y estará apoyada en el suelo. La distancia entre plantas puede ser de 1 metro, mientras que entre línea, de 2 metros. Podemos agregar de 2 a 3 semillas en cada lugar,

Diferentes tipos de melones.

de modo de asegurarnos de que, al menos, una planta emergerá. Si disponemos de poco espacio, acortaremos estas distancias. Pero recordemos que, como todos los frutos, requiere de mucho follaje para crecer. Si queremos tener mayores cuidados al iniciar el cultivo, podemos hacerlo a partir de plantines y, luego, trasplantarlos a la distancia que antes mencionamos.

Tareas

En primer lugar, si hicimos una siembra directa y pusimos de 2 a 3 semillas por espacio (para asegurarnos de que saliera alguna planta) y crecieron las 3, podremos repicarlas a otros lugares. Esto deberemos hacerlo cuando la planta tenga, al menos, 3 hojas verdaderas (es decir, 3 hojas más los cotiledones).

Durante el crecimiento de las hojas, deberemos manejar las malezas que haya en nuestro cultivo. Además, regaremos no tan abundantemente como cuando comiencen a desarrollarse las flores y los frutos. Si durante la formación de los frutos, notamos que se desarrolla una gran cantidad de ellos, eliminaremos algunos porque, si se desarrollan muchos frutos en una misma planta, tenderán a ser más pequeños (en especial si no logramos una gran cantidad de hojas).

¿Cuándo podemos cosechar?

Cosecharemos los melones cuando estén maduros, dado que una vez fuera de la planta, el fruto no seguirá madurando ni generando azúcares. Algunos indicios en la planta nos indican que el melón esta listo para ser cosechado, por ejemplo:

- La primera hoja que está situada por encima del fruto se marchita.
- Hay un incremento muy significativo del aroma sobre el pedúnculo (el pequeño tallo que une el fruto a la planta).
- El color del fruto se torna de brillante a mate.

¿Cómo debemos almacenar el melón?

La temperatura óptima de conservación es entre 5 y 10 °C. Algunas variedades (como, por ejemplo, el cantalupo, de tipo reticulado) puede conservarse a 2 °C.

más calor, más dulce

Los requerimientos de alta temperatura son no son solamente necesarios para que la planta crezca adecuadamente, sino que, cuanto mayor sea la temperatura, más dulces serán los melones que cosechemos. Si las temperaturas son menores, seguramente obtendremos melones con menor sabor, es decir, menor contenido de azúcares.

Plantas jóvenes de melón.

De la cocina a la huerta

De la mayoría de los melones que consumimos de verdulería o que crecen en la huerta, podemos sacar las semillas y guardarlas. Basta con separarlas del melón fresco y colocarlas sobre un papel absorbente al abrigo de la luz directa. Cuando estén secas, las guardaremos en un lugar definitivo, como una bolsa de papel madera. Recordemos anotar de qué es la semilla, el año en que la guardamos y alguna característica en particular que nos interese. Además, tengamos en cuenta que lo que no consumamos, como por ejemplo la cáscara, podemos agregarlo a nuestra abonera o al compost, de modo de aprovechar todo el melón y reducir la cantidad de desechos que generamos día a día.

Paso a paso

Obtener melón en nuestra huerta

Temperaturas altas, mucha agua y un buen espacio para que las plantas puedan desarrollarse al máximo. Cultivar melón no nos requerirá mucho más.

1 Elegimos semillas de la variedad que queramos. Recordemos que podemos obtenerlas de nuestro cultivo anterior o de los melones que compremos en un comercio.

2 La iniciación puede ser por siembra directa (sembrar en el lugar definitivo que crecerá la planta) o por plantín y trasplante. Recordemos que la planta de melón requiere mucho más lugar que otras hortalizas de nuestra huerta.

3 Previo a la floración, debemos tener un buen follaje que será fuente de nutrientes para el crecimiento de flores y frutos.

4 A partir de las flores, obtendremos los frutos. Para cosechar se puede cortar con un implemento bien afilado y preferentemente que no tenga serrucho (tijera de podar) o bien quitar de la planta el fruto con la mano.

5 Los melones se cosechan cuando están bien maduros. Algunos indicios son el marchitamiento de la hoja que se encuentra inmediatamente por encima del fruto, el cambio de coloración del fruto, de brillante a mate, y el incremento significativo del aroma.

6 Almacenar entre 5 y 10 °C.

¿Qué es repicar?

Repicar significa quitar una planta de un lugar para transplantarla a otro, que será en general el definitivo. Debemos prestar especial atención de romper lo menor posible las raíces y al transplantarla a su lugar definitivo, asegurarnos de que las raíces queden lo más recto posible y de regarlas abundantemente de modo que se generen las raíces absorbentes.

Si el plantín tiene excesivo follaje, podremos cortar algunas hojas, asegurándonos de dejar al menos una. Esto podemos hacerlo dado que el plantin apenas transplantado no podrá absorber agua y las hojas son una v´a de pérdida de agua a través de los estomas. ¡Quitando hojas disminuimos las posibles pérdidas de agua!

SANDÍA

Citrullus lanatus

Originaria de África tropical y subtropical, en el verano elegimos la sandía por su frescura. Al igual que el melón, crece rastrero por nuestra huerta, y es casi mágico ver cómo se va formando un fruto que llega a tener enormes tamaños.

Familia	Cucurbitáceas
Siembra	De principios de la primavera a mediados del verano
Tiempo de germinación	Entre 1 y 2 semanas
Duración del cultivo	Entre 5 y 6 meses
Suelo	Fértil, suelto y profundo, sin problemas de encharcamiento
Separación entre plantas	0,5 m
Riego	Alto
Luz	Pleno sol
Rotaciones	Es recomendable evitar cultivos de la misma familia (sandía, pepino, zapallo)
Asociaciones	Si la cultivamos como rastrera, podemos asociarla con cultivos como maíz

Se consume el fruto maduro.

fruto

Nivel de dificultad del cultivo

	Invierno			Primavera			Verano			Otoño		
Siembra					●	●	●	●				
Cosecha							●	●	●	●		

Variedades

Existe una gran variedad de sandías, que difieren en su forma, color, textura, tamaño. Las más usuales son aquellas que tienen corteza verde y pulpa rosada-rojiza. Dentro de ese tipo, las hay de formas redondeadas y otras ovaladas. Existen también sandías cuadradas y sandías que no tienen semillas.

¿Cómo es la planta de sandía?

La sandía es una planta anual que crece de manera **rastrera** (o sea, sobre el suelo) y posee un sistema radical muy amplio que se desarrolla en la superficie. Los tallos son largos, y las hojas tienen una forma muy particular (ver fotos en la página 21). Las flores pueden ser masculinas o femeninas, de color amarillo y muy llamativas. La polinización es **entomófila**, es decir, a través de insectos. El fruto es de gran tamaño, puede pesar de 2 a 15 kilogramos, con corteza verde claro y oscura, y pulpa rosada-rojiza en la que se encuentran las semillas (de color negro, blanco y marrón).

Requerimientos

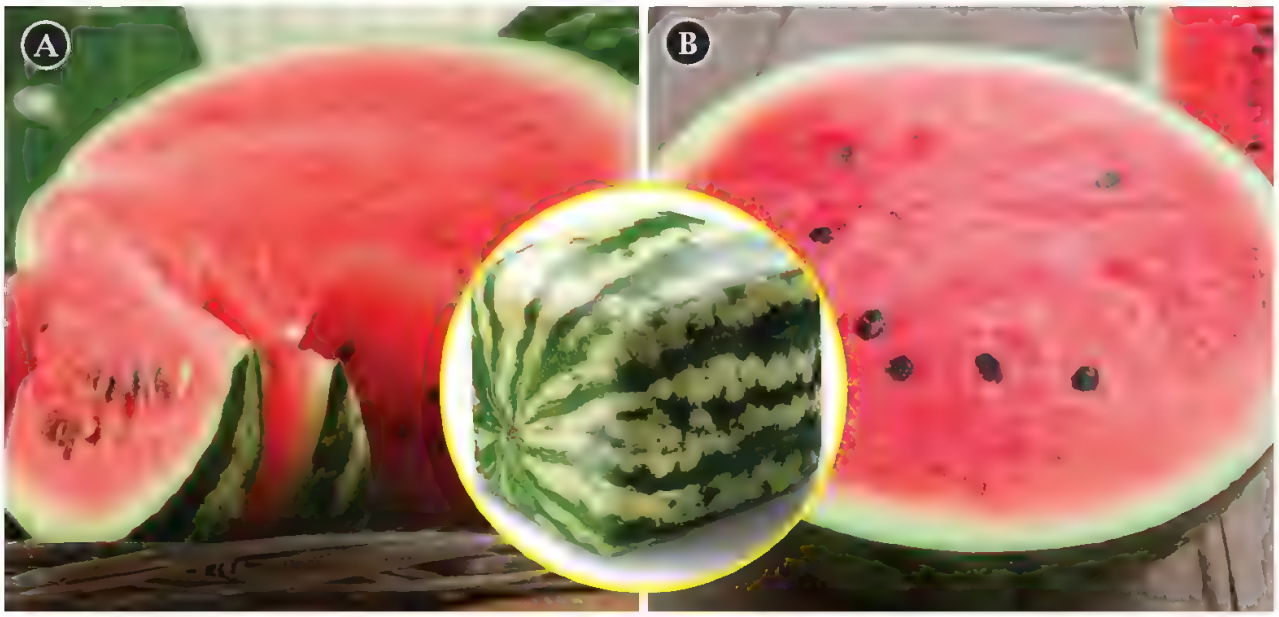
Los requerimientos del cultivo de sandía son muy similares a los de melón. Es una planta muy sensible a las heladas y las bajas temperaturas, requiere como mínimo 15 ºC para crecer y el óptimo de crecimiento es 25 ºC.

Los suelos deben ser **fértiles, aireados y preferentemente arenosos** (recordemos que el fruto está apoyado sobre el suelo y, si se inunda, la sandía puede pudrirse). Respecto al riego, si bien resiste sequía, tiene mayores requerimientos de agua que el melón, sobre todo durante el desarrollo y la maduración de los frutos. Además, tiene buena tolerancia a suelos ácidos.

Iniciación del cultivo

Al igual que el melón, la sandía puede iniciarse por siembra directa (sembrando la semilla directamente en el suelo y en su lugar definitivo). Recordemos poner más de una semilla por lugar, de modo de asegurarnos de que cada sitio tendrá al menos una planta. Si crecen más plantas, podemos repicar (ver el cuadro "¿Qué es repicar?" de la ficha del melón). Es posible también hacer plantines y, luego, trasplantarlos a su lugar definitivo en la huerta.

La distancia óptima de siembra o de trasplante es 0,5 metros entre plantas y 2 metros entre líneas.



Ⓐ Sandía ovalada. Ⓑ Sandía redondeada (hace un tiempo se desarrolló una sandía cuadrada, que es más fácil de almacenar).

¿Qué es un zarcillo?

Un **zarcillo** es una hoja, tallo o pecíolo modificados que sirven a las plantas trepadoras para sujetarse a una superficie o a otras plantas. Tienen formas enruladas, como un rabo de cerdo.

Tareas

En primer lugar, si hicimos una siembra directa y pusimos de dos a tres semillas por espacio (para asegurarnos de que saliera alguna planta) y crecieron las tres, podremos repicarlas a otros lugares para aprovechar los plantines.

Al igual que con el melón, si crecen gran cantidad de frutos por planta, deberemos encargarnos de eliminar algunos, de modo que los restantes logren un buen tamaño. Esto lo realizaremos cuando los frutos sean lo más pequeños posible.

Es importante respetar sus necesidades de agua: el riego debe ser muy abundante durante todo el ciclo de cultivo, en especial durante la formación de los frutos, de 3 a 6 litros por metro cuadrado de nuestra huerta.

¿Cuándo podemos cosechar?

Cosecharemos la sandía madura. El fruto no continúa con su maduración por fuera de la planta. Los indicios que nos da la planta son los siguientes:

- El zarcillo que está más próximo al fruto se seca completamente.
- Al golpear el fruto, suena a hueco, con un sonido sordo.
- La parte inferior y la superior se amarillean.

¿Cómo debemos almacenar la sandía?

La temperatura óptima de almacenamiento de la sandía es de 2 a 4 °C. Esta temperatura está muy por debajo de la que podríamos pensar, dado que es un cultivo tropical. Los frutos pueden mantenerse con buena calidad durante 25 días aproximadamente.

Ⓐ Flor de sandía. Ⓑ Planta de sandía y cotiledones de sandía: los cotiledones son las dos primeras hojas que emergen, diferentes a las demás.

Paso a paso

Cómo cultivar sandía

Si bien la sandía tiene requerimientos particulares de espacio, cultivarla no es complejo. Podemos aprovechar los primeros meses de la primavera para disfrutarla en el verano.

1 Elegimos semillas de la variedad que queramos. Recordemos que podemos obtenerlas de nuestro cultivo anterior o de sandías que compremos en un comercio.

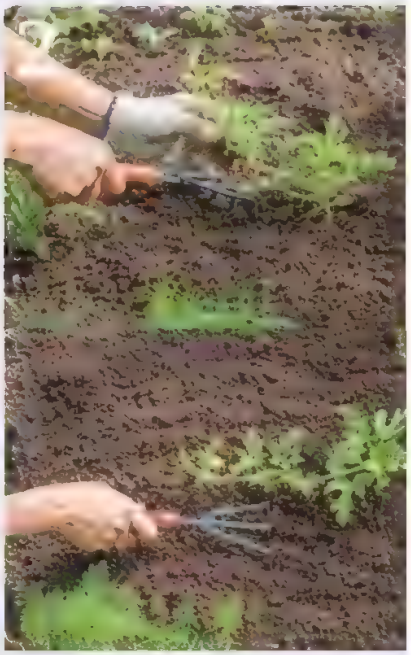
2 La iniciación puede ser por siembra directa (sembrar en el lugar definitivo que crecerá la planta) o por plantín y trasplante. Recordemos que la planta de sandía requiere mucho más lugar que otras hortalizas de nuestra huerta.

3 Previo a la floración, debemos tener un buen follaje que será fuente de nutrientes para el crecimiento de las flores y los frutos.

4 A partir de las flores obtendremos los frutos. Para cosechar se puede cortar con un implemento bien afilado y que no tenga serrucho (tijera de podar) o bien quitar de la planta el fruto con la mano.

5 Podremos cosechar las sandías cuando estén bien maduras. Algunos indicios son el marchitamiento del zarcillo más próximo al fruto, el sonido a "hueco" o sordo al golpear con nuestros nudillos el fruto y el amarillamiento de la zona superior e inferior del fruto.

6 Almacenar entre 2 y 4 °C.



GOMBO o QUIMBOMBÓ

Abelmoschus esculentus

Esta planta recibe una gran cantidad de nombres, dependiendo de la zona donde nos encontremos: gombo, gumbo, bamia, quimbombó, ají turco, quiabo, abelmosco y ocra son algunos de ellos. Es originaria de la India, y se cultiva principalmente por

Se consumen los frutos inmaduros y verdes.

Familia	Malváceas
Siembra	A finales del invierno o principios de la primavera
Tiempo de germinación	Entre 5 y 15 días
Duración del cultivo	Alrededor de 2 meses
Suelo	Ligeramente ácido o neutro
Separación entre plantas	40 a 50 cm
Riego	Bajo-medio
Luz	Pleno sol
Rotaciones	Evitar cultivarlo luego de tomates, pimientos, berenjenas y otras Solanáceas
Asociaciones	Con plantas de bajo porte, que no requieran mucha luz

fruto

semillas

Nivel de dificultad del cultivo

	Invierno			Primavera			Verano			Otoño		
Siembra			●	●	●	●						
Cosecha					●	●	●	●	●			

sus frutos inmaduros, alargados y angulosos, que son muy utilizados en comidas típicas de varias regiones del mundo. La cocina árabe, japonesa, africana y de la India son solo algunas que se nutren de esta hortaliza para dar un sabor especial. Las semillas maduras se pueden cocinar como arvejas o guisantes, mientras que las hojas, flores y pimpollos también son comestibles.

¿Cómo es la planta?

El gombo, bamia o quimbombó es una planta anual, que puede alcanzar entre medio metro y 2 metros de altura. Sus hojas están divididas, semejantes a la palma de la mano, y sus flores, con pétalos de color amarillo crema y violeta en el centro, son muy bellas. A partir de ellas se formarán los frutos.

Iniciación del cultivo

Si nos encontramos en una zona cálida, podemos sembrar las semillas de gombo en forma directa, a finales del invierno, sobre el suelo o sustrato definitivo. Si en cambio estamos en una zona templada, y hay riesgos de heladas tardías, podemos optar por la siembra en almácigos, ubicados en el interior de nuestra vivienda, y realizar el trasplante al lugar definitivo cuando hayan pasado las bajas temperaturas del invierno y nuestras plántulas tengan unas tres o cuatro hojas verdaderas.

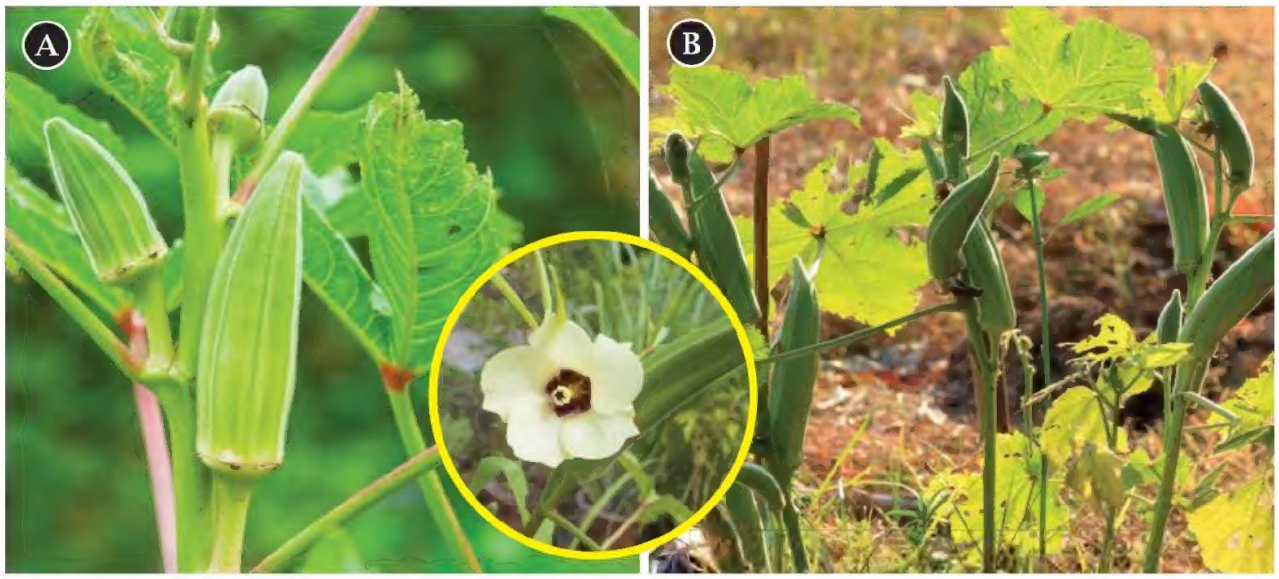
Requerimientos y tareas

El cultivo de gombo o bamia es muy sencillo. Al ser originario de una zona cálida y tropical, debemos imitar ese ambiente en nuestra huerta, ubicando las plantas en un lugar donde haya buena exposición a los rayos del sol. Realizamos los riegos en forma ocasional, cuando la tierra esté seca y procurando no inundarla.

¿Cuándo podemos cosechar?

Para aprovechar al máximo el sabor y las virtudes de esta hortaliza, cosecharemos los frutos inmaduros en forma escalonada, cuando tengan unos 5 cm de longitud. Cada dos días revisaremos el cultivo para cosechar nuevos frutos: cuantos más arranquemos, más estimularemos a la planta a producir nuevos frutos. No debemos dejar que los frutos maduren en la planta, ya que si crecen demasiado se tornarán duros y fibrosos.

Hacia el final del cultivo, cuando comienzan los primeros fríos del otoño, podemos dejar que los últimos frutos maduren, para luego abrirlos y cosechar las semillas, que nos servirán para las próximas siembras.



Ⓐ Planta joven de gombo. Flor de gombo o bamia. Ⓑ Cosecharemos nuestros frutos cuando aún se encuentren inmaduros y tengan unos 5 cm de longitud.

EN LA PRÓXIMA CLASE ...

USERSLife
CURSO VISUAL Y PRÁCTICO
13
Huerta Fácil en casa
Desde pequeños a grandes espacios
VIRUS Y BACTERIAS
PREVENIR Y CURAR
PLAGAS Y ENFERMEDADES DEL TOMATE, LA LECHUGA Y LA ZANAHORIA
Precio en Argentina $49,90
Plagas y Enfermedades
Aprendiendo a ser los enfermeros y curadores de nuestra huerta
¡DISFRUTA DE LA NATURALEZA Y MEJORA TU ALIMENTACIÓN!

Distribuidores. Argentina. Capital: Vaccaro Hnos. Representantes de Editoriales S.A., Av. Entre Ríos 919 1er piso (1080), Ciudad de Buenos Aires, Tel. 5411-4305-3854/3908. Interior: Distribuidora Interplazas S.A. (DISA) Pte. Luis Sáenz Peña 1832 (C1135ABN), Buenos Aires, Tel. 5411-4305-0114. México DF: Arredondo Distribuidora S.A. de C.V., Iturbide Nº 18-d frente a cine Palacio Chino - Col. Centro, Tel. 55126069. México. Interior: Compañía distribuidora de periódicos, libros y revistas S.A. de C.V. Centeno Nº 580. Col. Granjas México. Delegación: IZTACALCO. Distrito Federal. C.P. 08400. Tel. 5128-6670. Perú: Distribuidora Bolivariana S.A., Av. República de Panamá 3635 piso 2 San Isidro, Lima, Tel. 511 4412948 anexo 21. Uruguay: Espert S.R.L., Paraguay 1924, Montevideo, Tel. 5982-924-0766. Venezuela: Distribuidora Continental Bloque de Armas, Edificio Bloque de Armas Piso 9.°, Av. San Martín, cruce con final Av. La Paz, Caracas, Tel. 58212-406-4250. Curso visual y práctico Huerta Fácil en casa. Editor responsable: Fox Andina S.A., 15 de Noviembre de 1889, 1339, C1130ABE, Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina. Fecha de edición y Copyright © IX-MMXVI, ISSN: 2525-0345. Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida ni en todo ni en parte, por ningún medio, sin el permiso previo y por escrito de esta casa editorial. La editorial no asume responsabilidad alguna por cualquier consecuencia derivada de la fabricación, funcionamiento y/o utilización de los servicios y productos que se describen, analizan o publicitan. Las notas firmadas reflejan la opinión de los autores sobre los temas tratados, sin que ello implique solidaridad de la revista con su contenido. Impreso en Sevagraf S.A., Costa Rica 5226 y Fulton, Grand Bourg, Argentina.

USERS Life

CURSO VISUAL Y PRÁCTICO

Huerta Fácil en casa

Desde pequeños a grandes espacios

Algunos de los cultivos que conoceremos

HORTALIZAS DE HOJA: lechuga, rúcula, radicheta, cebolla de verdeo, acelga, apio, repollo
FRUTOS: tomate, ají, berenjena, melón, sandía, frutilla, kiwi, vid, calabaza, zapallo
HORTALIZAS SUBTERRÁNEAS: papa, zanahoria, cebolla, batata, ajo, rábano, remolacha
TALLOS COMESTIBLES: alcaucil, espárrago, coliflor, brócoli, puerro
GRANOS Y SEMILLAS: choclo, lenteja, garbanzo, arveja, poroto
PLANTAS O HIERBAS AROMÁTICAS: romero, tomillo, orégano, menta, albahaca, laurel, perejil
ÁRBOLES FRUTALES: manzano, peral, membrillero, olivo, mango, naranjo, pomelo, mandarino

...¡y muchos más!

TEMAS DEL CURSO

Los distintos tipos de siembra: directa, en almácigos

El suelo y los sustratos: cómo armar la base de nuestros cultivos

Compost en casa: creando nuestro propio fertilizante

El riego y las tareas importantes: raleo, poda, aporque

Las plantas: conociendo el interior de nuestros cultivos

La biodiversidad en la huerta: animales, insectos y microorganismos

Aprovechamiento y uso del espacio

Orientar nuestros cultivos según el sol y la época

Primavera, verano, otoño e invierno: nuestra huerta, todo el año

¿Cómo y para qué asociamos y rotamos cultivos?

Las malezas y la competencia entre plantas

Plagas y enfermedades: prevenir y sanar

Plantas trepadoras y huertas verticales: ventajas y posibilidades de los "jardines colgantes"

Conservar y almacenar nuestros vegetales

9 772525 034501 00012